



Curriculum examen d'admission cours J+S de moniteur de sports aquatiques

Idée	Chaque fédération, swiss aquatics (avec ses disciplines natation, plongeon, water-polo, natation synchronisée), swimsports.ch et la SSS, recense ses moniteurs-monitrices et entraîneurs et les prépare pour leur carrière en tant que moniteur-monitrice de sports aquatiques.
Buts	<ul style="list-style-type: none">• Les participant(e)s reçoivent une évaluation de leurs capacités techniques en natation• Les participant(e)s reçoivent des conseils personnalisés pour être guidés dans leurs formations aquatiques futures• Les participant(e)s ont la possibilité de s'imprégner de ce que représente le rôle d'un moniteur, d'une monitrice• Les participant(e)s reçoivent des informations concernant les diverses formations dans le domaine des sports aquatiques en Suisse• Les participant(e)s connaissent, après l'évaluation technique, quels sont les points à améliorer et comment y parvenir.
Contenu	<ul style="list-style-type: none">• Examen aquapolysportif• Connaissances de base sur le modèle technique et le modèle de compétences• Information sur les diverses formations dans le domaine des sports aquatiques en Suisse• Personnalité du moniteur, de la monitrice
Supports de cours	Brochure examen d'admission (livrées par la fédération organisatrice)
Public cible	Futurs moniteurs J+S de sports aquatiques
Conditions d'admission et inscription	<ul style="list-style-type: none">• Avoir minimum 15 ans dans l'année du cours• Inscription par le Coach J+S du club avec la banque de donnée nationale J+S (BDNS)
Durée	1-2 jours, minimum 6 heures
Exigences préalables	<ul style="list-style-type: none">• Démontrer une motivation à enseigner la natation• Avoir la motivation à accomplir sa formation de moniteur-monitrice de natation



Examen d'admission	<p>L'examen suivant doit être réussi:</p> <p>Natation:</p> <ul style="list-style-type: none">• 100m 4 nages. Sur les premiers 25 mètres possibilité de choisir parmi les exercices suivants : dauphin nage complète ou dauphin un bras ou dos deux bras. Au maximum une nage peut être disqualifiée. But : Avoir au minimum une compétence moyenne en natation <p>Natation synchronisée:</p> <ul style="list-style-type: none">• 10m pagayage sur le dos, 10m pagayage sur le ventre. Pullbuoy autorisé sous les genoux Objectif : Stabilité, mouvement, sensation de l'eau <p>Water-polo:</p> <ul style="list-style-type: none">• 15m crawl water-polo avec une balle. Tête stable et calme dehors de l'eau Objectif: Garder la vue d'ensemble <p>Plongeon:</p> <ul style="list-style-type: none">• Roulade avant depuis le bord du bassin (voir CSA). Pas de pince-nez Objectif: Orientation <p>Sauvetage:</p> <ul style="list-style-type: none">• 15m sous l'eau, départ dans l'eau. Objectif: Contrôle de la respiration (Hypoxie).
Reconnaissance	<p>L'examen réussit et l'inscription dans la banque de donnée nationale J+S (BDNS) si :</p> <ul style="list-style-type: none">• le cours a été suivi en entier (théorie, pratique : participation active dans l'eau et durant l'évaluation personnelle)• les exercices dans l'eau sont réussis <p>Si les exercices techniques de nage sont insuffisants, l'examen n'est pas réussi. Un nouveau test doit être refait plus tard avant de pouvoir accéder à la formation J+S sports aquatiques.</p> <p>Si, pour une raison bien spécifique (p.ex. handicap) une personne ne peut pas réussir le test technique, elle peut démontrer par d'autres compétences ses capacités de devenir moniteur, monitrice et le responsable de cours peut décider de lui accorder l'attestation.</p>
Validité	5 ans pour entreprendre une autre formation.
Remarque	L'examen d'admission n'est pas une formation. Les candidates ne sont jamais seules avec un groupe au bord du bassin.